성찬의 삶

(Living Eucharist)

모여, 양육되고 , 보내어진다

(Gathered, Nourished, Sent)

쎈피 교구의 모든 교회에 보내는

로버트 린치 주교의 사목지침

A Pastoral Letter

From the
Most Reverend Robert N. Lynch
Bishop of St. Petersburg

To
The Church of the Diocese of the St. Petersburg

친애하는 우리 주 예수 그리스도의 형제 자매 여러분,
올해초 젊은 부부가 그들에게 아주 놀라웠던 일을 내게 들려주었습니다.

주교님, 제 남편과 저는 지난 주일 저희가 겪었던 체험을 주교님과 함께하고 싶습니다. 우리는 세 아이가 있는데, 나이가 일곱살, 다섯살 그리고 한살 반입니다. 저희 모든 가족이 매주일 미사에 참여하는 주일학교에 위로 두아이가 다닙니다.

장기간의 휴가 다음이 늘 피곤하듯이, 성탄 다음 주일 우리 가족 모두가 늦게 일어났습니다. 제 남편과 저는 우리가 이번 주만은 미사에 가지 않아도 주님께서 이해해주시리라 생각했습니다. 아이들이 모두 일어났고, 가장 큰 아이가 언제 미사를 가냐고 물었고, 제 남편은 저를 보며 "우리 가야 하는 거 아니야" 했습니다.

우리는 아이들을 먹이고, 아기도 준비시키고, 옷을 입히는 등 모든 준비가 되었을 때, 우리가 평소에 가는 성당으로 가려면 미사시간에 **15** 분 정도 늦을것 같아서 , 미사시간이 **30** 분 늦게 시작하는 인근 성당에 가기로 결정했습니다.

우리 다섯가족이 성당에 들어섰을 때, 안내하시는 여자 교우 한 분이 아주 반갑게 맞아주시며, 특히 우리 아이들에게 사랑스런 관심을 보여주셨습니다. 그분은 아기를 성당 탁아소에 맡기는게 어떠냐고 해서, 그렇게 했습니다. 부산스러운 어린 아기없이 미사에 참여하는 것은 우리에게 새로운 경험 이었습니다. 우리가 본당에 들어섰을 때 "영광송"이 울려퍼지고 있었습니다.

그날은 성가정 주일이었고, 신부님 강론의 요지도 예수님, 마리아와 요셉이 종종 겪었던 생에 대한 도전이었습니다. 신부님은 예수님의 구유 장면을 낭만적으로 생각할 것이 아니라, 예수님이 탄생했을 때의 어려움들: 죽움에 대한 두려움, 이방으로의 먼 여정과 추방, 탄생의 순간에 사랑하는 사람들과 가족으로 부터의 이별, 미래에 대한 불확실성, 외부인들에게 호의적이었던 적이 없는 곳에서의 이방인 등을 강조했습니다. 신부님은 여느 주일처럼 복음을 강론하시고 있었는데, 제 남편이 제 손을 쥐었습니다. 신부님이 축일과 독서내용에 대해 이야기를 계속 할수록, 오늘날 우리가 가족으로 살아간다는 것이 유사한 도전이란 것을 우리 둘은 깨닫게 되었습니다. 이는 마리아와 요셉이 보여준 사랑과 실행처럼, 희생적인

사랑, 우리 생활의 모든 분야에서의 서로간의 상호보완의 실행을 필요로 합니다. 그순간, 우리 둘은 성가정은 더욱 실제적이라고 생각되었고, 그렇게 느껴졌으며; 우리가 얼마나 우리의 믿음을 잊고 있었는지를 깨달았습니다.

나중에 우리는 영성체를 하러 나갔는데, 우리가 들었던 주님의 말씀, 강론 그리고 우리가 나누는 성체성사에는 "연결된다는" 이상의 무언가가 있다는 느낌이었습니다.

우리는 주일미사 참여에 대해 아주 기뻤으며, 그것이 우리의 믿음과 영성을 특별한 방법으로 새롭게 해 주었다. 우리는 계속해서 우리 본당의 미사에 참여할 것이며, 우리가 이 성당에서 경험한 좋은 것들을 우리 자신들의 본당에도 가져올 수 있도록 소망했습니다.

그 주일 체험한 좋은 경험, 환영, 미사에 적극적인 참여, 좋은 강론 들을 더욱 발전시킬 수 있도록 주교님이 모든 본당에 격려함으로써, 우리가 체험한 일들을 같이 나누고 싶습니다. 나는 또다른 복음이야기를 생각하고있으나, 우리의 마음은 그날의 미사로 충만되어 있습니다. 살아있는 예수님은 실존이며, 말씀으로 살아계시며 그리고 우리가 함께 전례드리는 이들과 함께하는 "빵의 나눔"에 있습니다.

우리의 주일 체험

여러분도 생각하듯이, 내가 여러분의 의견을 듣는 것은 아주 즐거운 일입니다. 센피교구의 모든 성당에서 매 주일, 엠마우스로 가는 길에서의 사도들처럼 가슴이 불타는 듯한 충만한 믿음, 말씀안에 그리스도가 살아있음을 그리고 이 "풍성함의 식탁"에 그들과 함께하는 체험을 해야 하겠습니다. 성체성사의 최상의 축복은 주님의 말씀이 잘 준비된 독서자와 유능한 강론에 의해 깨우쳐 진다는 것입니다. 그러한 만남이 예수님의 시대에 우리들에게 하셨듯이, 우리들로 하여금 앞으로 나아가게 하며, 말씀을 멀리 전파하게 하며, 말씀을 고귀하게 만듭니다.

그러나 이 모든 것의 어느 한가지도 성체성사의 진정한 의미를 이해하지 못한다면 불가능하며, 그것은 모든 미사의 출발점이어야 합니다. 성찬의 축복은 단지 좋은 음악, 훌륭한 미사공간, 기도와 공동체의 참여, 훌륭한 강론, 잘 갖추어진 환경 그리고 경건한 전례의 법규 이상의 것입니다. 이러한 모든 것들이 도움이 되기는 합니다. 그러나 참된

성찬은 그리스도와 하나가되며, 그리스도 몸의 일부가 되려는 바램으로 시작됩니다. 이러한 예식이 우리를 앞으로 나아가게하며 이 세상에 예수로 변화시킵니다. 제 2 차 바티칸 공의회가 일컫는 신성한 전례의 본질 즉, 충만하고, 깨어있으며 역동적인 믿음으로 참여함이 미사가 우리 인생의 최고의 장엄한 순간이라는 것을 깨달음으로 시작합니다.

성체성사는 그순간의 위대한 선물이며 나누는 보물입니다. 이번 사목지침의 도움과 교구의 앞으로 3 년간의 주도(살아있는 성찬:모여, 양육되고, 보내어짐) 로, 센피교구의 모든 가톨릭은 이 위대한 선물을 재발견하여, 채택하며, 결코 그것으로 됐다고 하지않음으로에 초대됩니다. 다함께 이 사목지침과 3 년간의 노력 그리고 그 반향이 불꽃을 지펴, 새로이 재발견한 사랑이 성찬을 이해하는데 있어 우리가슴에 불을 피울수 있도록 다함께 기도합시다.

본 사목지침의 목적

참여하는 가톨릭이나 믿음으로부터 떠나있는 이들 모두가 교회가 거행하는 성체성사의 위대한 신비를 나타내는데 필요합니다. 혹자는 이렇게 말할 수 있습니다: “나는 가톨릭이었는데, 미사를 통해 별로 얻은 것도 없고 그래서, 더이상 가지않는다” 혹은 “나는 가톨릭 교회를 떠났고, 지금은 모두가 환영받고, 환영하는것같은 다른 교회에 다닌다”. 나는 촉구하건데, 그런 사람들은 무엇이 성체성사로부터 그들을 분리했는지 두번 생각해야한다. 센피교구의 모든 사람은 우리의 노력과 반향이 성찬의 경이, 경외 그리고 감사함을 되살릴 수 있을까 의심하는 사람들을 포함해서, 이 위대한 선물이고 보물을 비추는데 참여하게 된다.

이 사목지침의 반향과 앞으로 3 년간에 걸친 기도와 노력을 통해 가톨릭은 다음의 세 가지를 성취하기를 희망한다: 첫째 – 성체성사가 선물이라는 체험과 이해, 둘째 – 보다 더 이해하며 받아들이는 그리고 전적으로, 능동적으로 또한 정규적인 전례 참여, 셋째 – 우리가 그리스도를 받아 모시며, 세상으로 나아가 복음을 전파한다는 영적인 동기와 격려를 받음. 가톨릭교회를 떠난 사람들이 돌아오도록 그리고 어떠한 종교도 갖지않은 사람들을 우리의 믿음, 기도와 사랑 안으로 들어오도록 초대합시다.

그리스도와의 만남

미사를 통하여 우리는 고통 받으시고, 돌아가셨으며 다시 살아나신 그리스도를 만납니다.우리의 미사는 연극 같은 것도 아니며, 최후 만찬의 역사적인 재현도 아닙니다. 그것은 사시다가 돌아가셨으며 죽음에서 부활하시고 하느님의 오른편에 앉아계신 예수 그리스도를 바로 그 자리에서 실제로 만나는 것입니다.
예수님께서는 이 세상에서의 마지막 날에 마지막까지 우리와 함께 하시겠다고 약속 하셨습니다. 예수님께서는 함께 계시며, 영생에서 영원히 재회할 때까지 진실로 그리고 실제적인 방법으로 우리와 함께하실 것입니다. 사도 바오로는 고린도인들에게 보낸 첫번째 편지에서 이 사실을 공표했습니다: “예수님께서는 잡히시던 날 밤, 빵과 포도주를 꺼내시어 다음과 같이 말씀하셨습니다. ‘이는 내 몸이요…이는 내 피다.’” 이들 말씀은 그리스도께서 돌아가시기 수 시간 전에 일어난 일에 대한 단순한 기록이 아닙니다. 가톨릭인들은 예수께서 하신대로 계속하라는 명령으로 이해해야 합니다. 일요일, 즉 주일은 분명히 주의 사도들이 주님의 말씀에 따르는 “나를 기억하며 이를 행하여라”라는 주님의 명령에 따르고 축하하는 날입니다.

이 명령을 따르는 초기 그리스도 교회의 증거는 신약에 나타나고 있습니다. 특히 생생한 예가 부활하신 후 엠마오로 가는 두 제자에게 나타나셨던 것입니다. 성서구절이 분명히 보여주는 그들처럼, 오늘날 우리의 가슴도 활활 불타 올라야 합니다.; 또한오늘날 우리는 빵을 나누시는 그리스도를 인식해야한다.

우리는 그리스도께서 고통받으시고, 돌아가시고, 그리고 죽은이들 가운데서 부활하심을 본다

열두 제자들과 사도들 그리고 모든 초기교회는 그리스도의 의미를 그가 돌아가시기 전날 밤에 하신 말씀으로 그대로 인정한다. 그들은 그것을 진심으로 받아들인다. 크리스챤 공동체가 어디에서나 이 성체성사, 즉 희생을 기렸으며, 오늘날 우리는 이를 미사라 부른다. 초기의 교회는 성찬의 전례의 위대한 신비는 살아계신 그리스도와의 만남이었다. 2 세기 초, 순교자 성 져스틴은 이렇게 기록하고 있다:

> 우리는 성체와 성혈을 그것이 보통의 빵과 음료인것처럼 취하지 않는다. 왜냐하면, 우리는 우리의 구원자 예수 그리스도가 주님의 말씀의 힘으로 살과 피를 갖는

인간이 되셨다고 배웠고, 그러므로 감사기도에 담긴 주님의 말씀으로 사람의 모습을 한 예수님의 살과 피가 인간의 자양분이되도록 음식으로 되었다고 믿는다.

성 져스틴은 가톨릭인이 늘 확고히 믿어야 할 가르침을 주시는데:우리는 성체성사를 통하여 예수님을 만나고 또한 믿게된다. 복음과 사도 바오로를 통하여 "빵 나눔"의 의미가 모든 미사의 핵심이라는 것을 보여준다. 사도행전은 초기교회의 생활에서 성체성사의 힘과 성체성사 공동체로서의 함께하는 의미를 증거한다. "그들은 그들 자신을 사도들과 공동체의 교육, 빵 나눔 그리고 기도에 전념한다."

성체성사는 우리의 믿음과 숭배생활의 "원천이요 절정"이다. 이천년동안 교회는 믿음의 가족으로서 이 선물을 거행해 왔다. 성체성사는 우리를 살찌우고, 강인하게하고 우리의 인생 여정의 음식이다. 예수께서는 우리에게 "그의 살이 진정한 음식이며 그의 피가 진정한 음료"라고 강조하셨다.

교회를 떠난 사람들이 우리에게 돌아오도록 초대합시다...

우리가 미사에서 만나는 그리스도의 희생과 그 스스로를 바치신 것은 멋진 현실이다. 주일과 매일의 미사에서 주님의 말씀과 성체성사로 살찌우고, 영양분을 받는다는 것은 이 얼마나 축복받은 일인가. 우리가 다시 받는 이 신비를 가능케 하시는 예수님의 주문에 우리는 정말로 겸손해하며, 경외스러워 해야한다. 성체성사의 선물에 감사하며, 우리가 어려움에 처했을 때 결코 혼자가 있어서는 않된다. 그리스도는 우리 힘의 원천이시며, 성체성사는 우리 영성생활의 정점이다.

성체성사의 간단한 신학

가톨릭인으로서, 우리는 성체성사를 통하여 실제로, 진실로 살아있는 그리스도 – 살, 피, 성령과 신성을 만난다는 것을 믿어야한다. 신학적인 용어로, 그리스도의 현존은 성화(**transubstantiation;** 빵과 포도주를 예수의 살과 피로 변화)라는 단어로 종종 표현된다. 이는 빵과 포도주의 형상은 남아있으나 진수는 그리스도의 몸과 피로 되었다는 의미이다. 이 성사에서 빵과 포도주의 사용은 진정으로 많은 것을 의미한다. – 희생, 바침, "인간 손의 노력", "삶의 빵", "영적 음료", 식사, 용서, 구원. 그러나

그리스도 성체성사의 핵심은 우리가 받아 모시는 빵과 포도주의 형상 속에 그리스도가 있다는 것이다. 이러한 방법으로 우리는 다른 이들을 위한 그리스도라 불리는 그리스도가 된다.

매 미사는 겸손, 존경 그리고 경외심으로 다가가야 한다. 위대한 신비의 가운데는 그리스도가 있다. 우리는 겸손히 그가 그의 말로 우리에게 하시는 말을 듣는다. 우리는 보통의 빵과 포도주 잔 – 우리 실체의 기본적이고 보통의 물질- 을 받아, 그것들을 신성한 그리스도로 변화시키는 영적인 작용을 경건히 간구한다. 우리는 살아계신 주님께서 많은 곳에서 다양한 사람들을 모이게 하셔서 하나로 만드시는 데로 따라간다. 진정한 "영성체(**Holy Communion**)" 가 이때와 장소에서 일어난다 – 우리에게 오시는 하느님과의 "친교(**communion**)" 그리고 우리와 함께 이 축제에 참여한 사람들과의 함께함. 교황 요한 바오로 **2** 세는"교회는 성체성사를 통하여 그 생명을 이어간다"라고 말씀하셨다. 그러므로 나의 사랑하는 형제, 자매들이여 미사는 본질적으로 공동체적이며 동시에, 그리스도와 자기자신과 아주 개인적인 만남의 체험입니다.

우리 모두가 성체성사의 신비를 더욱 완전히 이해하고, 받아들이며 살아가기를 바라는 바이며 동시에, 특별히 나의 형제 신부들에게도, 성사가 잘 이루어지도록 배려하시길 빕니다. 특히 그들에게 특별히 강조하건데, 신자들의 문제점을 열심히 파악하여 주일 미사가 의무적인 참여와 믿음과 자발적으로 축복하는 즐거운 미사참여와의 차이를 알도록 했으면 좋겠습니다. 강론을 하는 신부와 부제는 주님의 말씀을 나누는 준비에 세심한 배려를 하시며 오늘날 생활에 맞도록 적용하시기 바랍니다. 성체성사를 준비하는 모든 관련자들은 그들 각 부서의 활동을 재고해야 합니다. 그와 같은 것들은: 환영, 성가, 선포, 성체 분배자, 제대 봉사 그리고 병자나 가정으로의 성체운반 봉사가 있습니다.

주일미사를 발전시키는 데는 우리 모두가 중요한 역활을 갖고 있습니다. 이 사목지침과 **3** 년간의 노력의 바탕으로 우리 모든 가톨릭이 완전히 이해하고, 참여하여 모든 연령층이 성체성사의 과실을 그리스도의 선물로 받아드릴지도 모릅니다.

이제 이 축제의 특별한 면에 우리의 주의를 쏟아서 우리에게 친밀한 미사가 되도록 합시다.

입당과 시작 예식

미사 준비

잘 준비된 가톨릭인은 성당으로 출발하기 전에 미사를 준비합니다. 전통적으로 가족이 일요일에 참례한다면 토요일 저녁이 시작하기 좋은 시간입니다. 사람들은 자기 자신에게 이번주에 무엇을 도전하며, 슬퍼하며 주님께 어떠한 감사를 가져갈지를 묻습니다. 비록 중한 죄가 없더라도 이런 준비는 과실, 무심 그리고 주님과 타인에 대한 방관을 생각하는데 잠시라도 필요합니다. 그래서 이런 것들도 주님의 사랑, 자비 그리고 치유를 위하여 교회에 겸손한 요청이 되어야 합니다. 그 주일 미사에서 선포될 성경구절을 미리 읽는 것도 축제를 준비하는 좋은 방법이 됩니다. 미리 주님의 말씀에 익숙하는 것이 사제나 부제가 말씀을 선포할 때 더 주의깊게 들을 수 있습니다.

제 **2** 차 바티칸 공의회가 주님의 백성에게 주는 선물중에 하나는 **3** 년 주기의 독서를 제공한다는 것입니다. 우리의 전례는 창세기부터 성서의 마지막에 있는 계시록까지 철저히 탐구하게 됩니다. 미사중에 선포되는 많고, 다양한 성경구절에 감사함으로써, 가톨릭인은 진정으로 주님의 말씀이 되는데 이는 우리 주일미사의 주요한점이 바로 주님의 말씀이라는 것입니다.

또한 가톨릭인은 주일헌금이나 교무금을 통하여 교회가 수행하는 전도사업에 참여케 부름받게되며, 이와 같이 참여함으로써 교회가 하는 선한 일에 투자하게 됩니다. 이는 우리안에 하느님의 왕국을 건설하는데 도움이 된다고 볼 수 있습니다.

집에서 성당으로 출발하기 전에 무엇이 적절한 복장일까 생각하는 것도 좋은 일입니다.어떻게 입느냐가 우리 마음의 태도를 드러내는 것입니다. 미사를 위하여 주님의 집에 가는데, 우리의 복장은 깨끗하고, 단정하며, 수수하고 적절해야만 합니다. 우리 자신이 아닌 주님의 영광을 드러내는데 있습니다.

성당으로 가는 길에는, 바쁜 매일의 일상에서 주님 집의 고요함과 평온함으로 옮겨가는 과정이어야 합니다. 그러나 교통이나 다른 상황들이 협조적이지 않을지라도 그렇게 되도록 노력해야 합니다. 이는 때때로 쉽기도하고 어렵기도 합니다.

공동체가 모여듬

미사전에 성당에서 보내는 시간은 친구나 이웃과 이야기 나누는 시간이 아닙니다. 미사후에도 할 수 있습니다. 미사 전에는 옆에 앉은 교우에게 간단한 인사나 미소로 충분합니다. 이 순간에는 나 자신을 하느님과 함께할 수 있도록 함이 더욱 중요합니다.

나는 믿건데, 이 사목지침과 노력 그리고 책자의 출판을 통한 반향이 모든 본당과 전교단체들을 움직여 진정으로 모두를 환영하는 곳이 되기를 빕니다. 문에서 반기는 사람, 접수자, 성가대, 독서자, 성체 분배자, 복사자, 부제 그리고 사제를 포함한 모든 사람들이 이를 이루는데 참여해야 합니다.

성가에 대한 주의

성가는 주일의 성체예식에 아주 중요한 부분입니다. 많은 본당들이 미사나 집회에 적절하며, 좋은 성가를 하려고 노력합니다.

매 주일 미사에는 성가가 필요합니다. 성가 선택은 신중해야하며, 인증된 미사곡 중에서만 골라야 합니다. 성가는 미사를 보조하는 것이지 연주 자체가 되어서는 않됩니다. 성가대는 주님에게 선물로 봉헌하는 것이지, 칭찬이나 박수 또는 명성을 얻기 위한 것이 아닙니다. 미사중에는 절대로 박수칠 수 없습니다. 퇴장 이후에 즉, 미사가 끝나고 미사를 위해 수고한 사람에게 박수나 적절한 방법의 감사표시를 하는 것이 분별있는 행동입니다. 모든 본당들이 많은 시간과 노력을 바쳐서라도 우리의 성당에서 보다 나은 미사음악이 울리기를 바랍니다.

미사의 시작

모든 미사는 입당성가와 더불어 봉사자들의 입장으로 시작합니다. 입당성가는 전례를 시작하는 공동체로서 우리들 모두가 일치하는데 도움을 줍니다. 다함께 우리의 믿음을 나타내는 성호를 긋고, 사제가 예식을 시작하는 인사와 거의 동시에 주님의 자비와 사랑을 떠올리게 하는 참회의 기도를 다함께 합니다(특별히 부활주간에는 많은 교회에서 세례를 생각케하는 성수의 축성과 뿌림 예식으로 미사를 시작합니다.).

모든 주일, 장엄미사 그리고 대축일에는 신자 전체가 함께하는 대영광송을 부릅니다.

그때 사제는 믿음으로 다 함께 기도하기를 청하며(침묵과 말로써) 이는 "그들이 주님의 현존을 인식하며 정신적으로 그들의 청원을 구한다"는 의미이다. 이러한 기도가 믿음을 같게하고 모두를 함께 엮어준다. 이는 또한 그날 거행되는 미사의 지향을 의미한다. 이는 성령 안에서 그리스도를 통하여 아버지 하느님께 기도하게 한다. 이는 사람들로 하여금 매일매일의 걱정에서 벗어나 주님의 말씀과 성사의 체험을 일깨우도록 한다.

말씀의 전례

말씀의 전례와 성찬예식은 "오직, 전례의 단순 행위"이다. 하느님의 말씀을 통하여 이스라엘 조상들, 사도들, 초기교회의 사람들의 믿음에 대한 하느님의 사랑의 서약이 지금 이순간에 우리에게 공포된다. 성체성사(미사)를 통하여 이 새롭고 영원한 계약이 축복 되어진다.

미사에서의 모든 행위는 하느님의 말씀에서 기인한다. 가장 좋은 예가 성찬의 전례는 성찬 제정과 축성("받아 먹어라…받아 마셔라")이다. 사제가 미사중에 선포하는 기도, 우리가 부르는 후렴, 사제와 신자가 하는 행동, 다른 여러 가지들(물, 포도주, 빵, 일어남, 앉음, 무릎 꿇음 조차)이 주님의 말씀과 성경구절에서 기인한다. 그리스도는 늘 말씀 – "이는 늘 살아있는 효과적인 말" 의 공표로 현존한다.

모든 행위가 구장에서 벌어지는 축구게임과는 달리; 성찬의 전례는 현실로 우리를 초대하는데, 스탠드에서 나와 구장에서 그리스도, 성직자 그리고 우리의 형제 자매를 만나는 것이다. 주일 미사는 단지 관객으로서가 아니라 완전하고, 깨어있으며 능동적인 참여로 축복하는 날이다.

미사에서 독서하는 사람들을 선출하고 준비할 때, 평판이 좋은 사람만 골라, 연습시킴으로 하느님의 말씀이 느낄수 있고, 분명하게, 정확히 선포되도록 해야한다. 미사에 하느님의 말씀을 선포한다는 것은 무한한 영광이며 위대한 의무이다. 사려깊고 아름답게하는 주님 말씀의 공표가 좋은 미사예절의 관건이다.

미사의 독서는 인간구원 역사의 파노라마이다. 제 **1** 독서는 구약(부활시기에는 사도행전), 제 **2** 독서는 새로운 크리스챤의 경험으로 부터 즉, 사도행전, 바오로, 베드로, 야고보, 요한의 편지, 히브리인들에게 보낸 편지와 계시록에서 나온다. 이들 성서들은 절대적으로 중요한 것이라, 제아무리 높고, 특별한 경우에 아주 잘 적용되더라도 비전례적 출처나 다른 어떠한 것으로도 이들 독서를 대체할 수 없다.

제 **1** 독서 이후에 화답송을 함으로써 그리스도 이전의 역사에서 그리스도 시기의 역사로 자연스럽게 넘어간다. 보통 이것은 시편의 하나이다. 시편은 좋은 때나 어려울 때나 우리의 삶에 주님의 현존을 일깨워준다. 결국 화답송은 희망의 찬송이다.

미사에서 독서는 인간구원 역사의 파노라마이다.

말씀의 전례는 복음의 선포로 그 정점에 달하는데, 연중 계속되며, 사순시기에는 복음환호송을 할 때 "알렐루야"라는 환호를 하지 않는다. 지금 우리에게 말씀하시는 그리스도에게 일치된 존경의 표시로 모두 자리에서 일어난다.

진실되고 살아있는 말씀을 들은 다음, 하느님께 감사하고 찬미하며 강론을 위해 자리에 앉는다. 이것이 바로 신자들 영성을 위하여 필요한 원천이며 미사의 정수이다. 좋은 강론은 말씀을 믿음에 충만한 비유로 우리의 생활에 적용시켜 준다. 하느님 말씀을 숙고함으로써 그것이 우리의 것이 되고 그리고, 우리에게 적용되도록 우리를 인도하신다. 좋은 강론이란 그날 성경구절의 주제로 시작하여 하르하루의 우리의 생활에 대한 적용이다. 그것이 좋던 부족하던간에 강론을 듣는 것은 실수라 할수 없다.

말씀의 전례는 하느님 말씀에 대한 공통적인 반응으로 계속된다. 이 공통의 동의는 신앙고백이나 신경(信經)으로 나타낸다. 이는 말씀을 듣는 이로부터 이를 행하는 이로 변화하는 중요한 순간이다.말씀의 전례는 교회의 지도력, 세계, 우리 이웃 그리고 (성인의 전구로 우리와 함께하는) 죽은이들을 위한 지향기도로 마감된다. 최고의 청원들은 한 손에 성서를 다른 한손에는 신문을 들고서 만들어 진다고 말한다. 이들 기도는 주님의 선에 대한 믿음 뿐만 아니라 우리의 형제 자매들을 위해서도 바친다.

성찬의 전례

시작 설명

예수님께서는 공적 생활중에 여러번 사람들을 먹이고 양육하심에 관심을 많이 나타내셨다. 그는 그의 설교를 들으러 온 수천명의 사람들을 다섯개의 빵과 두마리의 물고기로 먹이셨다. 또한 최후의 만찬에서는 일반적인 양식인 빵과 포도주만으로 제자들의 육체적 배고픔 뿐만 아니라 그 자신의 몸과 피로 그들을 살찌우게 하셨다. 지금 우리는 우리 앞에서 그분의 말씀으로 예수님을 영접하는 무한한 자비를 함께하며: 모든 교회의 감사기도를 통하여, 성령의 힘으로 빵과 포도주가 성체성사를 통한 그분의 현존인 그리스도의 살과 피로 변화한다. 이는 미사에서 일어나는 유일한 변화가 아니다. 미사에 모인 모두가 변화한다. 어거스틴 성인께서 말씀하셨듯이 성체성사를 통하여 "우리는 받아 모시는 대로 된다" 고 하셨다.

예물 준비

성찬의 전례는 예물준비로 시작된다. 봉헌자가 영성체 때 하느님의 백성들이 주님의 발현을 바라는 빵과 포도주를 줄지어 들여온다. 이제 촛점은 독서대(하느님의 말씀이

선포된 성스로운 곳)에서 제대로 바뀐다. 오랜 관습으로 이때 봉헌금 수집을 한다. 특별한 경우에는 이때에 향을 사용하기도 하는데 이는 그리스도 그 자신을 봉헌하듯이 하느님께 달콤한 냄새가 나는 봉헌이 되는 것을 상기시킨다.

감사기도

이제 감사기도가 시작된다. 이 기도는 사제의 주도로 모든 사람이 함께한다. 이 예식은 기도하듯이 들으며, 노래하고 말하는 반응으로, 자세조차도 중요하다.

감사기도 각 부분들은 다음과 같이 구성된다:

감사- 전체의 기도가 말 그대로 "감사"기도이다.우리는 하느님의 구원(빠스카의 신비)에 대해 감사드린다.

환호송 – 모두 찬미와 감사의 노래로 함께한다. 환호송 "거룩하시도다, 거룩하시도다, 거룩하시도다…" 는 땅에서의 찬미가 하늘에서 함께하는 것을 떠올린게 한다.

축성기원(에피클레시스) – 우리의 기도, 우리의 변화, 우리의 함께함이 이 신비로 되는 것은 오직 성령의 힘에 의해서만 가능하다.

성찬제정과 축성문 – 그리스도께서 하셨음을 회상하며, 우리가 그렇게 하도록 명령하신 것을 수행한다.

회상 – 교회는 예수의 삶과 죽음 그리고 부활을 회상하고 기억한다. 이러한 기억을 통하여 믿음은 진실하며, 부활하신 그리스도와 실제로 함께된다.

봉헌 – 이는 성자를 통하여 그리고 성령의 힘으로 성부께 만이 아니라 믿는이들 모두에게도 봉헌된다. 우리는 우리 자신이 더욱 더 그리스도처럼 되도록 노력한다. 우리는 또한 성자를 통하여 성령의 힘으로 성부와 함께 일치한다.

전구 – 이 기도는 믿는 이들 우리 모두와 함께한다. 일반 교회와 그 성직자들, 교황, 사도들과 그 후계자, 주교들과 그 성직자 그리고 살아있는 모든 믿는이들 그리고 믿음으로

미사는 사제에 의해 인도되고 성령의 힘으로 가능하게 되는 진정한 "인간의 작품"이다.

감사기도는 미사의 상호적인 면에서 빛을 발한다: "우리는 아버지 당신께 나아갑니다…우리는 당신이 축복해주시고 이 제물을 받아주시길 바라며…영적으로 또한 진실되게 바칩니다." 미사를 통해서 공동체가 추구하는 것을 너무 강하게 강조해서는 안된다. 미사는 진실로 사제에 의해 인도되고, 성령으로 인해 가능케 되는 "사람들의 작품"이다. 미사는 세례받은 사람들에게 속하며, 그들 모두로 부터 그리고 모두에게 말하며, 모두의 믿음에 선포한다. 봉사하는 사제제도 없이는 이제까지 성찬이란 존재할 수 없다. 사제는 우리의 영적 아버지이며, 우리를 축복으로 인도하며 그리스도의 사람으로 행동한다.

서문경**(Preface)** 인 "식사전 기도"이후에 사용되는 말과 행위는 더욱 더 신비에 차며, 특별히 많은 의미를 포함한다. 우리가 함께 모인다는 것은 식사이다. 우리는 예수께서 "빵을 나눔"과 같이 가장 중요한 행위인 최후의 만찬에 참여하도록 초대받았다. 우리가 함께 모인다는 것도 희생이다. 예수께서 우리를 위해서 피를 흘리신 해골산의 숭고한 희생이 새롭고 영원한 계약의 피로써 성찬의 전례에 드러나는 것이다. 기도들은 또한 예수께서 죽음으로부터 살아나시고, 아버지 하느님의 오른편에 앉으시며 다시 오실 것이란 것을 생각케한다. 이 전례는 "빠스카의 신비"인 예수의 삶, 죽음 그리고 부활에 뿌리를 두고있다. 이 모든 사건들이 역사의 어느 순간에 일어났지만 성찬의 전례는 있었던 그대로 우리에게 보여주며 그러므로 교회가 존재하며 새로워지게 한다. 우리 인간은 미사중에 일어나는 것을 충분히 알아차릴 수가 없으나, 모여 전례를 드릴 때마다 이 신비를 다시 경험하는 기회를 갖는다.

모든 성체성사기도는 때때로 약간 변화된 순서일지라도 이들 필수적인 요소는 모든 미사에 포함된다. 앞으로 몇몇 주일미사를 통하여 기도를 주의깊게 들음으로써 이 내용들을 찾아내 보는 것이 좋겠습니다.

무엇보다도 성체성사기도는 감사의 기도라는 점이다(성체성사라는 단어는 “감사”를 의미한다.). 예수의 삶, 죽음 그리고 부활에 감사한다. 새롭고 영원한 계약을 통해 우리에게 오는 새로운 삶을 하느님께 감사한다. 교회와 그 안에서 하느님의 존재하심 그리고 그리스도께서 그것을 중재하심을 감사한다. 빵과 잔을 함께 나눌 때 감사한 마음으로 충만하여 흘러 넘친다. 이 신비를 통하여 우리의 삶은 변화된다.

우리가 감사기도를 올릴때, 근본적으로 우리안에 우리가운데 기도하는 것은 성령이다. 우리의 기도는 에피클레시스(성령축원)를 통하여 얻어진 성령의 힘을 통해서만 가능하다.

끝으로, 감사기도는 기념이다. “회상(**Anamnesis**) 혹은 기념이라는 특별한 의미는 공동체가 함께 모여 성체성사 즉, 예수께서 최후의 만찬 때, 해골산에서 그리고 죽음에서 부활하심을 “기억함”이지, 단순히 지나간 사건의 회상이 아니며 그것들을 현재, 여기서 실제로 재현된다는 성사적인 의미이다. “예수께서는 돌아가시고, 부활하시고 그리고 다시 오신다”라고 선포한다. 우리에게 전부이신 그리스도께서 시간이 끝날 때까지 즉 영원히 함께하신다.

예수께서는 말씀 그대로 우리를 죽도록 사랑하셨다. 지금 미사를 위하여 모인 우리와 함께 하시며, 말씀의 선포와 특히 성체와 성혈을 통해서 함께하신다. 이를 믿음으로써 우리는 그의 살과 피를 받아 모실 준비를 하며 또, 그렇게 함으로써 모두가 깊게 하나된다. 그리스도 안에서 한 형제 자매가 됨으로써 우리는 그들을 그리스도로 대한다.

영성체 예식

영성체 예식은 다함께 우리의 아버지이신 주님의 기도를 낭송함으로써 시작한다. 초기교회로부터 이 기도는 어버지 하느님과 교인들과의 화해의 수단이 되어왔다. 이 천상성찬에 참석하석하기 위한 보다 나은 준비는 무엇일까? 우리의 아버지로

시작되는 이 기도에서는 우리의 죄를 보지마시고, 모든 사람들과 평화롭고 조화롭게 살수있는 믿음을 요청한다. 이런 의미로 다른 사람들과 평화예식을 한다.

평화예식 후에는 “하느님의 어린양”을 노래하며, 사제는 나누어줄 때 사용되는 성합이라 불리우는 특별한 용기에 성체,“주님의 몸”을 쪼개어 담는다. 복음에 나오는 엠마오로 가는 길 이야기 살아계신 그리스도가 빵을 나누시는 것처럼 생생한 설명이 된다. 이처럼 빵을 나누는 것은 예수님이 최후의 만찬에서나 군중을 먹이기 위해 빵을 나누시는 것으로 이해할 수 있다. 이는 또한 그리스도의 몸이 십자가에 달려 고난을 받으심 으로써, 우리의 삶이 역경과 죄의 무게로 무너질 때, 우리를 먹이시고 양육하시며, 충만하도록 다시오시는 주님에 의해서 봉합됨을 상기 시킨다.

나이든 신자들은 성체를 영하기 전날 자정부터 받아모신 다음까지 음식과 물을 마시지 못하는 철저한 금식을 기억한다. 이러한 금식이 지금은 성체성사의 신성함을 지키기 위해서 단지 한시간 전까지로 완화 되었다.

이제 우리는 영성체를 한다. 어거스틴 성인은 그리스도를 받아 모실 뿐만 아니라 받아모신 그리스도가 되기를 희망해야한다고 말씀하셨다.

우리가 그리스도의 몸이며 백성이라면, 주님의 식탁에 놓여있는 것이 우리 자신이라는 상징(성사)이며, 우리가 우리 자신을 받아 모신다는 상징(성사)이기도하다.
아멘이라고 대답하는 것은 선서이며 우리 자신이 그렇다고 인정하는 것이기도 하다.
그리스도 몸의 일부이므로 우리의 “아멘”은 믿을만한 것이 된다.

이때 다시 행렬을 지어 하느님의 백성들이 그리스도의 살과 피를 모시러 나온다.
일반적으로 성체성사와 공동체에 일어나고 있는 중요한 현실을 알리기위한 성가가 울린다.
영성체를 함으로써 자연스런 기쁨을 느끼게 되며, 그 기쁨이 성가로 표현된다. 영성체 후에 우리의 개인적인 기도를 드리는 시간도 되며, 교회는 우리로 하여금 성가를 하도록 지혜롭게 요청한다. 이는 오로지 해야함이 옳다.

그리스도는 진실로 두가지의 형태인 빵과 포도주로 존재하신다. 센피교구의 대부분의 본당에서는 믿는 이들에게 그리스도의 몸과 그분의 귀중한 피를 영하도록 적극 노력한다. 베네딕트 교황님께서는 최근에, 두 가지 모두를 영하는 것이

성체성사에 참여하는 전체적인 형태라 말씀하셨다. 이 사목지침을 출판함으로써, 모든 본당의 매일미사나 주일미사에 성체와 성혈을 모두 영하도록 요청한다. 그렇게 하지 않음은 예외이지 규칙이 아니다.

미국에서 영성체의 올바른 자세는 서서한 것이다(무릎을 꿇고 영하기를 고집하는 사람들에게 못하게 하지는 않지만, 이들은 그들의 자세가 적절치 않다는 것을 알아야한다. 이는 서서 영하는 것보다 고귀해 보이지도 않으며, 다른 이들을 불편하게하며 위험하게 하기도 한다.). 영하기 전에 엄숙히 가벼운 목례를 한다. "주님의 몸" 과 "주님의 피"라는 사제의 선언에 그리스도께서 현존하신다는 믿음의 "아멘"으로 선언한다. 이는 우리가 주님의 몸과 한몸이 되었다는 인식이며 우리가 그렇게 되기를 염원하는 희망을 표현하는 것이다.

이 순간이 얼마나 신성한 가를 생생히 인식하면서 다가가야 한다.

늘상의 친숙함이 치욕을 키운다고 한다. 주교, 사제, 부제, 신자들, 우리들 아무도 영성체가 미사중에 추가됭 것이라고 생각하는 덧에 빠지지 않아야 한다. 우리는 이 순간이 얼마나 신성한 가를 생생히 인식하면서 다가가야 한다. 그리스도는 우리의 몸을 당신의 몸으로 만드신다. 우리가 남들을 얼마나 잘 대접하는지를 걱정하는 자가성찰을 시작하는 것이 얼마나 우리에게 더 이익인가? 우리 안에 머무시는 그리스도는 결국, 우리의 형제 자매에 머무시는 그리스도 이시기도 하다.

매 미사에서 거행되는 위대한 신비를 알기에, 그 누구도 그들이 중대한 죄를 짓고, 용서를 구하는 고백을 하지 않고서 성체를 영해서는 않된다. 성체성사 그 자체가 하느님의 용서의 통로이며, 우리 모두가 할 수있고 또 진실되게 "주님, 제안에 주님을 모시기에 합당치 않사오나, 한 말씀만 하소서. 제가 곧 나으리이다"라고 말하지만, 도덕적인 죄를 진 신자는 영성체를 모시기 전에 고백성사를 보아야만 한다. 고백성사는 죄인들에게 하느님의 헤아릴수 없는 용서와 믿음, 공동체의 화해를 경험하게하기 위하여 그리스도 자신께서 만드신 방법이다.

그럼에도 언제나, 누구라도 그들의 과실이나 실패가 도덕적인 죄의 수준까지 미치지 않기를 희망하는 것은 당연한 일이라 하겠다.

영성체를 하기 위하여 행렬에 참여하기 전, 참회예식중, 또는 평화예식중에 우리 개인의 삶을 돌아보는 일은 우리가 우리의 잘못을 깨닫게 하며 그래서 우리로 하여금 자비, 동정, 관용 그리고 우리주 하느님의 용서를 구하게 된다.

그러나, 이 짧은 순간에 죄를 기억해낸다 해도 성사의 은총을 대신하지는 못한다는 것을 알아야한다. 이 짧은 순간에, 중대하거나 도덕적인 죄가 아닌 우리가 방심과 태만으로 일어나는 소죄에 대하여 단지 하느님의 관용을 청할 뿐이다. 사제라도 중죄에 대하여는 *전능하신 천주여 우리에게 자비를 주소서, 우리의 죄를 용서하소서, 우리에게 영원한 생명을 주소서* 라는 기도만으로 용서할 수 있는 것이 아니다.

간단한 기도로 성체성사 예식을 마감한다. 이 기도 후에는 안내가 있다면 간단히 해야한다.

마침 예식

미사는 아직 끝난것은 아니다. 마지막 인사 후에 성호로 우리를 축복한다. 이 준성사 행위는 우리에게 모든것 – 우리의 시작과, 우리의 마지막, 생과 사, 죽음과 부활 – 우리는 그리스도의 것이라는 것을 되새기게 한다.

마지막으로 “미사가 끝났으니 평화롭게 돌아가라”, “ 평화롭게 돌아가서 주님께 봉사하고 사랑하라” 혹은 우리가 영한 그리스도와 함께 세상으로 나아가라는 의미의 말을 한다. 교회의 사명은 그리스도의 사명이고 교회의 구성원인 우리 각자는 수행해야할 특별한 임무가 있으며, 교회의 사명인 치유, 자비, 정의, 복음선포 속에 살아야 한다.

요한 바오로 2 세는 종종 “미사 후의 미사”라는 말씀을 하셨다. 이는 우리가 일하며, 우리가 살며, 우리가 재생산하는, 우리가 배우는 세계에 복음을 선포하러 우리들이 보내진다는 의미이다. 복음의 선포는 필요한 곳에서 봉사하고, 사회를 일구며, 교회의 사회사목의 일환으로 가난하고 버림받은 이들에게 다가가는 것이라고 하셨다. 미사를 통하여 교회에서 생기는 이러한 방법으로 일상생활의 주류에 참가해야 한다.

베네딕트 교황께서 말씀하시길 “성사를 통하여 기리는 사랑은 우리 안에 가두어 두는 것이 아니라…복음의 구제활동이 그리스도인 삶에 있어서 성체성사의 진수가 된다.” 라고 하셨다.
미사 후에는 할 일 – 갈 곳, 볼 사람, 꼭 참석할 것 –이 많은 것을 알 수 있다. 그러나 사정이 허락한다면 잠시라도 조용한 감사의 시간을 갖도록 권유하는데, 이를 통해서 주님과 개인적인 만남을 갖는 특별한 시간이 된다. 형제 자매들과 기도하며, 주님의 말씀을 경청하고, 골고다 언덕에서의 그리스도의 희생을 회상하고, 주님의 최후의 만찬을 기억하며, 기운이 충만해서, 상쾌한 기분으로, 새로이 나서 다른 이들에게 그리스도가 될 준비가 되어서 교회를 떠난다.

매일미사와 성체 기도(Eucharistic Devotion)

일부 신자들은 매일 미사를 하거나 일주일에 네 다섯번씩 미사에 참여할 수 있는 기회가 있다. 이 모범적인 행위는 성체성사에 대한 사랑으로 표현된다. 일부는 교회에 들러, 성당에서 개인적인 전례로 시간을 보내기도 한다. 이 또한 칭찬받을 일이다. 성체 강복과 더불어, 드러난 성체 앞에서 장시간 기도를 하는 것도 일반 교회의 규정에 따르면 교구에서 권유하는 것으로 오랫동안 행해오고 있다.

개인적인 전례나 성체조배가 별개의 것이 아니라 성체성사의 연장선상에 있다. 그들은 하느님의 백성이 숭배의 근본이라고 생각하는 미사에 보다 마음을 다하여 충실하기 위함이다.

3 년간의 성체성사의 중점사항

이 사목지침의 발간은 **3** 년동안 미사에 관한 집중적인 반성을 시작하는 사무적이고 공식적인 알림이다. 이 기간동안 성체성사 교리문답을 검토하고 강화하여, 첫 영성체자와 그들의 부모, 더 나아가서 초등학교, 고등학교 그리고 종교교육 프로그램에서도 시행할 것이다. 나는 청하건대, 모든 선생님과 교리 문답자, 성직자 그리고 평신도가 성체성사를 더욱 이해하고 사랑하도록 많은 노력을 함으로써, 그들이 다른 이들도 성체성사를 알고, 더욱 이해하도록 도울 수 있다.

본 프로그램의 첫해에는 미사의 첫번째 기둥인 말씀의 전례에 집중할 것이다. 그 다음 해에는 두번째 기둥인 성체성사의 전례에 촛점을 맞출 것이며, 마지막 해는 우리가 영성체에서 모시는 그리스도를 자비와 정의를 위하여 세상으로 가져간다는 것이 무엇인가 숙고할 것이다. **3** 년동안 성체성사에 대한 교구의 특별한 노력 후에, 성체성사가 사람들에게 새롭게 또 더욱 심오하게 이해됨으로써 감사할 수있기를 – 하느님, 부디 – 우리 모두가 성취할 것입니다. **2018** 년에 센피주교 창립 **50** 주년을 맞는데, 이를 기념하는 의미로 앞으로 **3** 년간 교구의 모든 신자들은 예수 그리스도 자신이 최상의 밀알로 선물이 되셨듯이 가톨릭 믿음의 주춧돌이 되도록 집중해야 한다. 예수님은 우리에게 “오라, 따라 오너라”고 말씀하셨다. 우리 서로가 이 믿음의 여정을 위하여 기도로 도와야 하겠습니다. 이상적으로 매 미사는 인생을 바꾼느 경험이어야 합니다. 우리의 심장은 받아 모신 말씀으로 불타며, 빵을 나누시는 예수님을 영접해야 합니다.

성체성사를 통하여 새로남으로써, 복음을 서로 나누기 위하여 세상으로 나아가며, 우리의 주님이시며 구원자이신 예수 그리스도의 이름으로 지구의 얼굴을 개조해야 합니다.

2007 년 **11** 월 **25** 일그리스도 왕 대축일에,

쎈피교구 주교 **Robert N. Lynch**

본당에의 적용

교구에서 주도하는 살아있는 성체성사 운동이 주일 미사에 잘 적용되기를 원한다.

준비와 환대

- 모든 본당 공동체는 신자, 이방인, 방문자 등 가톨릭 믿음에서 떨어져 사는 사람들까지도 환영하며 열려있도록 권유한다. 본당은 가톨릭인이나 모든 사람들이 가톨릭 믿음으로 충만하여 참여토록 초대하며 다가가야한다.

- 적은 수의 미사가 본당을 적절히 지탱할 수 있는지를 결정하기 위하여 주일미사 시간표를 검토해봄으로써 공동체를 만들거나 그 본당의 자산을 잘 이용해야 한다.

- "교회의 의식은 개인의 행사가 아니고 모든 전례의식은 교회에 속한다" (성예식 규정 **26** 번); 그러므로 본당은 어느 특정 단체나 모임이 아니라 본당 전체에 이용될 수 있도록 전례에 대한 규정을 만들어야 한다.

- 모든 본당은 전례 위원회가 있어야 하며 모든 위원은 교회 규정에 관한 교육과 전례에 대한 훈련을 받아야 한다. 본 전례 위원회의 목적은 연중 전례에 맞추어 주일미사를 준비해야 하기 때문이다. 교회의 연중전례는 이미 계획되어 있기 때문에 이것을 가능케 한다. 전례위원회는 발전시킬 기회를 얻기 위해서 특정한 전례 예절이나 시기를 평가해 보아야 한다.

- 모든 전례 담당자는 그들의 맡은 부문에 대해 잘 훈련되어야 하며, 기회가 주어질 때 교구의 워크샵에 참가토록 한다. 모든 본당은 각 분야의 담당자를 선출하고, 훈련하여 행할 수 있는 사람을 지명해야 한다.

- 모든 신자는 주일미사의 독서내용을 미리 읽어보며, 한 주 동안을 반성하고, 미사시간에 늦지 않으며, 끝날 때까지 남아있고, 적절한 복장(놀러다니는 복장이 아닌)으로 미사에 참석해야 한다.

미사예식의 주의 사항

- 본당은 주말동안에 미사예식이 신자들을 영적으로 먹인다는 체험이 되도록 노력한다.
- 미사음악은 그날의 독서나 전례시기 혹은 특정한 예식에 맞추어 선정한다.
- 전체가 함께하는 음악은 신자 모두가 능동적으로 참가할 수있는 것을 고른다. 음악의 선택은 **1972** 년 주교회의 문서인 *가톨릭전례에서의 음악*에 정한 것처럼 **3** 중으로 판단하도록 되어있는데 이는, 음악적이며, 성스럽고 가톨릭 예식에 적합해야 한다.
- 사제, 부제, 반주자 및 지휘자 그리고 독서자는 기도하는 듯한 정숙을 요하는 곳이 몇군데 있는데 이는; 참회 예식, 본기도, 독서 중, 강론 후, 영성체 후에는 반드시 지켜야 한다. 이는 서두룰 이유가 없는 반성의 시간이다.
- 주님의 말씀이 잘 낭독되어야 하며, 강론은 신자들을 생각하도록 하며 적용이 가능하도록 해야한다.
- 필요하다면 경건한 신호나 몸짓은 얼마든지 사용해도 된다.
- 성체와 성혈 모두를 영하는 것이 쎈피교구 영성체 의식의 규범이다.
- 신자들의 영성체에 사용되는 빵과 포도주는 참여하는 미사에서 축성되어야 하며; 미사중에 성합에 보관된 것을 사용하는 것은 예외적인 것이다.

성체성사의 믿음을 “존속시키는” 임무

- 쎈피교구의 모든 본당은 **살아있는 성찬**을 감싸 안아야 한다. 이 임무의 수행에 본당과 학교, 교구와 관련된 모든 기관은 준성사, 교리문답 그리고 빈민구제활동을 강화하는 복음적인 임무를 찾아내고 이루어 나가야 한다.

- 미사와 봉사간에는 불가분의 관계가 있어서 본당은:
  - 가난하고 소외된 사람을 구제하는 기존 본당의 부서를 신규로 만들거나 강화하는 노력을 새롭게 한다.
  - 그야말로 인자로운 사회를 만들고 증진시키는 행동강령이 있는 부서를 발전시킨다.

연구과제

입당과 시작예식

다음에 나오는 질문을 잠시 침묵속에 되새겨 보고, 우리들의 생각을 나눈다.

1. 잘 준비한다면, 우리가 예식에 전적으로 참가하고 체험하는데 도움을 준다. 여러분은 주일 미사를 어떻게 준비하는가?

2. 미사 시작 전에 여러분이 환영받고 공동체와 함께하는 느낌이 들도록 여러분의 본당은 무엇을 하는가? 환영하는 마음이 고취되려면 무엇을 해야하나?

3. 미사 시작 전에 여러분이 알건 모르건 여러분 주위의 사람들과 인사를 하나? 안한다면 무엇 때문인가?

4. 예식의 어떤 부분, 몸짓 혹은 시작기도의 어떤 부분이 여러분을 미사로 인도하고 여러분의 참여를 미사의 행동으로 몰입시키는가?

5. 참회예절의 어떤 것이 여러분이 예식에 집중하고 하느님과 다른 사람들과의 관계를 집중하는 데 도움이 되나? 무엇이 미사의 시작에 가끔 사용되는 성수뿌림의 중요성이며 의미라 생각되나?

말씀의 전례

다음에 나오는 질문을 잠시 침묵속에 되새겨 보고, 우리들의 생각을 나눈다.

1. 사전에 개인적으로 또는 공동체가 주일 독서를 준비할 수있다. 독서를 시작하는 여러 방법 중에 어떤 것이 다른 사람들이 참여하도록 하는 기회가 되는가?

2. 교회는 우리에게 "그리스도는 말씀 안에 계신다 라고 하며, 그렇기 때문에 성경구절이 교회 안에서 읽혀질 때 그리스도가 우리에게 말씀하신다" 라고 한다.
   a. 여러분의 본당에서는 말씀의 선포가 어떻게 고귀해 집니까?
   b. 독서자가 잘 훈련되어, 단지 성경구절을 읽는것이 아니라 하느님 말씀의 선포를 신자들이 잘 경청합니까?
   c. 독서자들이 교구나 또는 본당의 워크샵에 참여합니까?

3. 말씀의 전례중에 침묵함은 중요합니다. 여러분의 본당에서는 말씀의 전례 어떤부분에서 침묵합니까?

4. 강론은 미사의 핵심이며 우리 믿음의 신비와 그리스도인 삶의 본질이 해설되는 것입니다.
   a. 여러분의 본당에서 강론은 잘 준비되고 교회력의 시기나 성경구절에 맞게 합니까?
   b. 어떻게하면 강론자의 해설준비를 도울 수 있을까요?

5. 여러분의 본당에서는 말씀의 전례로 복음전도가 일어나는 곳입니까?
   a. 말씀의 전례가 신자들이 성찬의 전례중에 성심의 찬미와 감사를 드리게 합니까?
   b. 말씀의 전례가 우리로 하여금 세례선서를 회상케 합니까?
   c. 강론이나 신자들의 기도가 신자들과 현세 그리고 지역의 문제를 연결시킵니까?

성찬의 전례

다음에 나오는 질문을 잠시 침묵속에 되새겨 보고, 우리들의 생각을 나눈다.

1. 예물을 준비함에 있어 행진, 빵과 포도주 그리고 공동체의 봉헌물에 중요성이 무엇입니까?

2. 행위 또는 감사 기도, 어떤 예식 요소가 여러분에게 큰 의미가 있습니까? 왜 그렇습니까?

3. 무엇이 감사기도의 부분들 입니까? 이 모든 부분들의 중요성과 의미가 무엇입니까?

4. 전례의 여러 단면, 식사, 기념, 희생과 감사를 볼 때, 무엇이 여러분들의 감사기도에 대한 체험입니까?

5. 여러분은 형제 자매들과 영성체 행렬에 참여했을 때 주님이 성체안에 살아나셔서 존재하신다는 신비로 인도됩니까?
   a. 여러분의 체험은 무엇입니까?
   b. 이것이 남은 주일을 여러분이 어떻게 살아갈지에 영향을 미칩니까?

마침 예식

다음에 나오는 질문을 잠시 침묵속에 되새겨 보고, 우리들의 생각을 나눈다

1. 파견의 목적이 무엇인가? 사도로서의 여러분의 역활을 어떻게 이해합니까?

2. 하느님의 왕국을 실현하는데 있어 여러분들은 어느정도 도움이 됩니까?

3. 어떠한 것들이 자선이나 정의구현 사업에 참여하게 하는 동기입니까?

4. 요한 바오로 2 세 교황님이 쓰신 사도들에게 보내는 지침, **Dies Domini**(주일을 지켜라)에는 “성찬의 전례는 성당의 문에서 멈추는 것이 아니라 계속된다”고 말씀하셨는데 이것이 여러분에게는 어떤 의미입니까?

5. 여러분의 신앙공동체는 어떻게 여러분들로 하여금 그리스도의 보다 나은 수행자가 되게 합니까**?**

a. 여러분의 신앙공동체는 세상의 요구에 어떻게해야 잘 반응합니까**?**

b. 본당 공동체로서 서로간에 그리고 세상 모든 사람들을 주의 잔치에 초대하는 확실한 방법은 무엇입니까**?**